

Мир через ощущения: сенсорное развитие малышей 1–3 лет.

Сенсорное развитие — это знакомство ребёнка с миром через органы чувств: зрение, слух, осязание, обоняние и вкус. В возрасте 1–3 лет именно ощущения становятся главным «учебником»: малыш трогает, пробует на зуб, прислушивается, разглядывает, нюхает — и так собирает первые представления о свойствах предметов: «твёрдый», «мягкий», «громкий», «сладкий», «холодный».

Почему это особенно важно в 1–3 года

В раннем возрасте мозг активно формирует нейронные связи, и сенсорный опыт даёт ему нужную «пищу». Когда ребёнок трогает разные текстуры, различает цвета, слышит разнообразные звуки, в его мозге создаются и укрепляются пути, отвечающие за восприятие, внимание и память. Позже эти навыки помогут легче учиться: различать буквы и цифры, понимать инструкции, координировать движения.

Кроме того, сенсорные занятия снижают тревожность и помогают регулировать эмоции. Знакомые ощущения

(например, пересыпание крупы, глажение ткани, лепка) действуют успокаивающе и дают ребёнку чувство контроля над ситуацией.

Что осваивает ребёнок в этом возрасте

К 1–3 годам малыши постепенно учатся:

- **Различать основные характеристики предметов:** цвет, форму, размер, вес, температуру, фактуру. Сначала он ориентируется на один признак (например, «всё круглое»), затем учится сравнивать по нескольким параметрам.
- **Соотносить и группировать:** складывать похожие предметы вместе, подбирать крышку к коробке, вставлять фигурки в отверстия сортера.
- **Ориентироваться в пространстве через ощущения:** понимать «выше — ниже», «внутри — снаружи», «рядом — далеко» не по словам, а через собственный опыт.
- **Контролировать движения на основе сенсорной обратной связи:** брать мелкие предметы, насыпать крупу ложкой, мять тесто, что развивает мелкую моторику и координацию.

Простые сенсорные игры, которые легко устроить дома

Вот несколько идей, не требующих дорогих материалов:

- **«Тактильные мешочки».** Наполните небольшие мешочки или носки разными наполнителями: крупой, ватой, фасолью, пуговицами. Пусть ребёнок ощупывает их и угадывает, что внутри. Это тренирует осязание и умение описывать ощущения («колючее», «гладкое»).
- **«Сортировка по цвету и форме».** Используйте то, что есть под рукой: крышки от бутылок, пуговицы, макароны разной формы. Задача — разложить предметы по коробочкам или тарелкам. Сначала сортируйте по одному признаку (только по цвету), затем усложняйте.
- **«Сенсорная коробка».** Возьмите контейнер или таз и насыпьте туда крупу, песок, шишки, камушки, кусочки ткани. Добавьте небольшие игрушки и инструменты (лопатку, сито, формочки). Ребёнок будет пересыпать, искать, перекладывать — и таким образом развивать тактильные ощущения и мелкую моторику.
- **«Музыкальные бутылочки».** Наполните несколько одинаковых бутылочек или баночек разным количеством воды либо разными крупами. Пусть малыш потрясёт их и сравнит звуки: «громко — тихо», «звонко — глухо».

- **«Узнай на вкус и запах».** Предложите ребёнку попробовать и понюхать безопасные продукты с разными вкусами и ароматами (яблоко, банан, лимон, кусочек хлеба) и назвать, что это. Важно делать это без спешки и только с тем, что безопасно и знакомо малышу.

Как поддерживать сенсорное развитие в повседневной жизни

Не обязательно выделять отдельное «время для сенсорных игр»: развитие происходит и в обычных делах:

- **Во время еды** обращайте внимание на свойства продуктов: «Смотри, банан мягкий, а сухарик твёрдый и хрустящий».
- **На прогулке** собирайте листья, камешки, шишки, сравнивайте их по размеру, весу, гладкости.
- **В ванной** играйте с водой: переливайте из одной ёмкости в другую, пускайте кораблики, используйте разные губки и мочалки.
- **При одевании** проговаривайте ощущения: «Свитер мягкий и тёплый, а куртка гладкая и шуршит».

Важные нюансы

- **Безопасность прежде всего.** Все материалы должны быть крупными или такими, чтобы ребёнок не мог их

проглотить, а также нетоксичными. Не оставляйте малыша без присмотра во время сенсорных игр.

- **Не торопите.** Сенсорные игры ценны самим процессом: пересыпанием, ощупыванием, рассматриванием. Если ребёнок долго делает одно и то же — это нормально: он изучает.
- **Следите за реакцией.** Если ребёнок явно не любит липкие или сыпучие текстуры, не заставляйте. Лучше предложить альтернативу: ткань, гладкие камешки, деревянные фигурки.
- **Добавляйте слова.** Называйте ощущения и свойства: «скользкий», «пушистый», «тяжёлый». Так сенсорный опыт превращается в знания и расширяет словарный запас.

Сенсорное развитие не требует специальных тренажёров и дорогих наборов: достаточно повседневных предметов и внимательного взрослого рядом. Когда ребёнок свободно исследует мир через ощущения, он не только узнаёт, какой бывает этот мир, но и учится его понимать — шаг за шагом, прикосновение за прикосновением.

*Подготовила: Барнашева И.Ю., Воспитатель группы
«Бабочка»,*

д/с 162к3, август 2026